

## Elementary Counselor Activities Week 3: March 30- April 3

### Actividades de Consejería Semana 3: 30 de marzo - 3 de abril

<b>Monday, March 30</b> <b>lunes, 30 de marzo</b>	<b>Tuesday, March 31</b> <b>martes, 31 de marzo</b>	<b>Wednesday, April 1</b> <b>miércoles, 1 de abril</b>	<b>Thursday, April 2</b> <b>jueves, 2 de abril</b>	<b>Friday, April 3</b> <b>viernes, 3 de abril</b>
<p style="text-align: center;"><b>Social Emotional Health Activity</b></p> <p>Practice "Five finger breathing technique"</p> <p>Practica una técnica de respiración de cinco dedos.</p> <p><a href="https://youtu.be/DSgOW879jjA">https://youtu.be/DSgOW879jjA</a></p>	<p style="text-align: center;"><b>Social Emotional Health Activity</b></p> <p>Practice sitting still for three minutes. What sounds did you hear?</p> <p>Practica sentarte quieto por tres minutos. ¿Qué sonidos escuchaste?</p>	<p style="text-align: center;"><b>Social Emotional Health Activity</b></p> <p>Write about your Hero.</p> <p>Escribe sobre tu heroe.</p> <p><a href="https://youtu.be/yTlqf750pC8">https://youtu.be/yTlqf750pC8</a></p>	<p style="text-align: center;"><b>Social Emotional Health Activity</b></p> <p>Make a list of all the ways you showed kindness this week so far. If you don't thin you have done enough, find ways to be kind tomorrow and add to your list.</p> <p>Haz una lista de todas las formas en que mostraste amabilidad esta semana hasta ahorita. Si no crees que haz hecho suficiente, busca maneras de ser amable mañana y agrégalo a esta lista.</p> <p><a href="https://youtu.be/t6NUJ2JZz5O">https://youtu.be/t6NUJ2JZz5O</a></p>	<p style="text-align: center;"><b>Social Emotional Health Activity</b></p> <p>Make a poster about Kindness for your house.</p> <p>Haz un poster sobre la amabilidad para tu casa.</p>